

Projektas „SVEIKATIADA”  
Sveikatą stiprinančių įpročių mėnuo  
“Sveikatos maratonas”

DATA: 2012 m. kovo kelios savaitės pasirinktinai



Ar lengva stebėti save ir pamatyti, kokius sveikos gyvensenos įpročius turime? Jei du kartus per kiekvienių metų bėgame pabėgioti ar tai įprotis? Jei kiekvieną penktadienį suvalgome po vieną obuolį - ar tai jau įprotis? Jei kiekvieną dieną darome mankštą, ar tai galime vadinti sveikos gyvensenos įpročiu?

**Kovo mėnesį** „Sveikatiados“ projektas kviečia jus pasigilinti į įpročio sąvoką bei kasdienių veiksmų svarbą sveikos gyvensenos ugdyme.

Paanalizuoti, kokius turime įpročius, kaip jie veikia mūsų sveiką gyvenseną ir kokių sveikatą skatinančių įpročių norėtume įgyti. Šį mėnesį bandysime tapti savo sveikų ir malonių įpročių **fotografais** ir dalyvausime „Sveikatos maratone“, kuriame fiksuosime akimirkas, parodančias, kaip yra pradedamas ugdyti sveikos gyvensenos įprotis.

**KVIEČIAME AKTYVIAI DALYVAUTI FOTOKONKURSE.**  
Smulkesnė informacija gimnazijos sveikatos kabinete, 109 k.